

**КОУОО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

14 февраля 2026г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 6							
Завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	17,93	20,89	32,83	210,36	54-1т-2020, Новосибирск
	Какао с молоком	200	3,6	20,98	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	4,8	4,9	11,2	82,5	№344, Могильный, 2015
	Итого за завтрак :	420	26,33	46,77	56,63	393,26	
Завтрак 2	Сок	200	0,97	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Банан	150	18,3	0,33	0,44	9,79	№338М, Могильный 2017
	Мармелад	30	0,06	0	25,47	94,8	пром.
	Итого за завтрак 2:	380	19,33	0,33	46,11	189,39	
Обед	Свекольник со сметаной на к/м бульоне	300	16,4	18,74	28,21	320,3	№34, Могильный, 2015
	Запеканка картофельная с говядиной	200	8,25	10,31	23,15	246,4	54-13м-2020, Новосибирск
	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	60	0,66	0,14	2,04	17,6	54-9з-2020, Новосибирск
	Напиток апельсиновый	200	0,16	0	27,88	114,6	54-33хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,6	0,7	32,2	148	пром.
	Итого за обед:	820	30,07	29,89	113,48	846,9	
Полдник	Яблоко	150	18,3	0,33	0,44	9,79	№338М, Могильный 2017
	Сушки	35	1,5	1,63	26,95	147	пром.
	Итого за полдник:	185	19,8	1,96	27,39	156,79	
Ужин 1	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	1,75	2,16	5,25	99,5	№42, Могильный, 2015
	Макароны отварные с овощами	200	3,1	5,4	34,7	269,3	54-2г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	50	2,58	4,67	8,06	121,81	№413, Лапшина 2004
	Блинчики с маслом	80	4	2,6	26,2	176,44	№273, Могильный, 2017
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром.
Итого за ужин 1:		650	15,83	15,43	106,51	819,85	
Ужин 2	Снежок	200	5,00	5,60	22,00	158,00	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	5	5,6	22	158	
Итого за день:		2655	116,36	99,98	372,12	2564,19	

Медсестра _____